



In collaborazione con il «Programma promozione salute» delle Aziende sanitarie modenesi, coordinato dal dott. Giuseppe Fattori. Per domande e proposte: g.fattori@ausl.mo.it

LA PAGINA

## DELLA SALUTE



# Le mamme ed il pediatra: vaccini, allergie e sport le domande più frequenti

di Stefano Luppi

I quasi cento pediatri presenti nella nostra provincia hanno in cura oltre 77mila bambini - 23mila solo a Modena - e alle mamme danno consigli soprattutto per quanto riguarda la vaccinazione, le attività motorie da fare svolgere ai propri figli e le attenzioni da porre nei riguardi delle allergie. «Non ha senso - dice

la pediatra modenese Maria Grazia Catellani - impedire ai bambini allergici di uscire di casa in primavera, ma occorre evitare i luoghi con la maggiore concentrazione di pollini delle graminacee».

**Dottoressa Catellani i genitori modenesi quali domande rivolgono più spesso al pediatra del proprio figlio?**

«Sostanzialmente gli argo-

menti sono di tre tipi: relativi alle allergie primaverili, alle attività motorie e agli sport più competitivi, e al settore delle vaccinazioni».

**La primavera e i bambini, partiamo da qui.**

«In queste settimane i nostri ragazzi iniziano ad uscire all'aria aperta dopo l'inverno al chiuso, amano giocare a pallone, andare in bici e svolgere le ultime attività dell'anno scolastico: naturalmente tutto ciò è molto positivo, perché il moto è una delle componenti per uno stile di vita sano. Penso però a volte che gli adulti - genitori e responsabili delle società sportive - facciano svolgere ai giovani sport con modalità troppo agonistiche e lo "stress" mina le potenzialità positive di queste attività. Lo sport deve essere un modo di conoscere il proprio corpo e un eccesso di agonismo può portare al giovane individuo alcune leggere patologie come la tallonite o la sindrome di Osgood Schlatter ad esempio, dettate da eccessivo sovraccarico sul corpo in via di "formazione". Queste pseudopatologie sono spesso dettate da troppe aspettative dei genitori o di chi segue i ragazzi nelle varie attività extrascolastiche».

**Invece lei cosa consiglia?**

«L'obiettivo credo sia permettere al ragazzo di conoscere il proprio corpo attraverso lo sport, dunque è più utile camminare e correre per i prati o fare giochi - calcio, pallavolo o quel che si vuole - all'aperto. Altrimenti i giovani si stressano e si stancano eccessivamente. Oltre alla conoscenza dell'organismo i vantaggi dell'attività motoria si individuano anche nel tentativo di portare i giovani dagli 11 ai 16 anni lontano dallo schermo del computer e della playstation. Come gli adulti la vita sedentaria è troppo sviluppata».

**Queste attività all'aria aperta saranno un piccolo problema per gli allergici immagino.**

«Certo, ma anche qui la quasi totalità delle volte è sufficiente qualche piccolo accorgimento senza arrivare a eccessi come l'evitare di uscire di casa o il portare la mascherina, quasi si fosse malati gravi. Certo le allergie più diffuse, quelle relative alle graminacee, e le altre dannose, come i pollini diffusi proprio in queste settimane, qualche fastidio lo danno e i nostri ragazzi non possono rischiare che la partitella a calcio o la gita in bici si trasformi in qualcosa di sgradevole».

evitare sorprese in futuro».

**Mio figlio mangia alla mensa delle elementari e a volte si lamenta. Come posso vigilare su quello che mangia?**

«I menù scolastici sono controllati dal SIAN dell'Ausl: può stare tranquilla, sia sulla qualità che sulla varietà degli alimenti. Può richiedere una copia del menù e ogni scuola ha una Commissione mensa e i genitori possono visitare le cucine, assaggiare i pasti e fare proporre alternative».

In collaborazione con Conad e Modena Radio City



**Cosa fare?**

«Se c'è solo un occhio che lacrima per un po' o qualche colpo di tosse o raffreddore io consiglio solo di evitare in certi orari e giorni assolati luoghi con troppe piante, oltre a fare sempre una doccia, lavandosi i capelli, quando si rientra. Così si eliminano i pollini. Se le allergie sono più gravi si arriva alla prescrizione di antistaminici che oggi tra l'altro non presentano più effetti secondari come il sonno o l'appetito eccessivo. Certo trovo assolutamente fuori

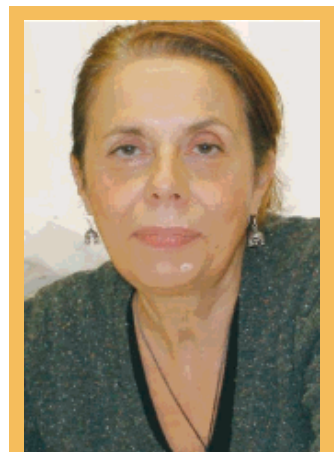
sultare internet e le riviste che pubblicano il calendario pollinico».

**Voi pediatri siete impegnati anche con le vaccinazioni.**

«Sono ovviamente una grande conquista del secolo scorso e hanno permesso di compiere un grande passo avanti permettendo di salvare la vita a tantissimi bambini: oggi la copertura, nelle città emiliane, è quasi totale, con un "ombrello" che copre anche quel 2-3% che non è vaccinato. Ricordo comunque che la vaccinazione non è obbligatoria e i medici richiedono un dissenso informato per tutelarsi. Anche se non sono scomparse malattie come la difterite e la poliomielite da noi sono rarissime e in più esiste ormai un'informazione molto evoluta da questo punto di vista: consigliamo comunque a tutti di vaccinare i figli, tranne in rarissimi casi. A differenza di quel che si pensa, ricordo anche che la quasi totalità dei giovanissimi extracomunitari che giungono da paesi poveri sono assolutamente vaccinati».

**Qualche numero relativo alla nostra provincia.**

«Abbiamo 27 pediatri in città e 97 su tutto il territorio, mentre i bimbi modenesi seguiti dai medici sono circa 23mila e si raggiungono i 77mila, se pensiamo a tutta la provincia, perché siamo tra gli 800 e i mille assistiti per ogni medico. In genere, tra gli extracomunitari, a Modena sono soprattutto presenti giovani marocchini, albanesi, ghanesi e turchi, mentre la popolazione cinese - più diffusa nella Bassa - viene seguita maggiormente in provincia. Attualmente calcoliamo che circa il 7,5% dei bambini ha un genitore straniero, mentre il 23% li ha tutti e due».



La dottoressa Maria Grazia Catellani è segretaria provinciale della Federazione italiana medici pediatri di Modena (Fimp)

luogo la proposta di una società scientifica che consiglia di sostituire con il tempo i nostri pioppi o i noccioli con piante di abete. E' un paradosso, anche perché oggi esiste un'ottima profilassi e poi la pioggia di questi giorni, come sanno tutti gli allergici, è un toccasana. Utile è anche con-

L'OPINIONE

## CURE, POTERE E CONFLITTI

di Sandro Spinsanti \*

Quando sopravviene un'emergenza si fa fronte comune contro il pericolo: questa almeno è la nostra aspettativa ingenua.

Sappiamo invece, per esperienza, che proprio in quelle situazioni emergono conflitti profondi. E' quanto avviene anche quando l'emergenza si chiama malattia e il lavoro della cura conosce sgradevoli conflittualità.

Il medico Gawande osserva: «La medicina è una professione faticosa, non tanto perché è difficile curare le malattie, quanto perché è difficile lavorare con altri esseri umani in circostanze solo parzialmente in nostro controllo».

La cura delle malattie è un'attività che si svolge al plurale. Più persone sono coinvolte nel lavoro terapeutico. Possono scattare idiosincrasie e incompatibilità personali; stili diversi di organizzazione del lavoro possono scontrarsi anche quando non ci sia dolo o malizia.

Un'accelerazione delle contrapposizioni ha avuto luogo nel contesto della conflittualità giudiziaria esplosa negli ultimi anni. Quando i conflitti si spostano nei tribunali, reali o immaginati, la preoccupazione per il bene del paziente tende a lasciare il posto alla ricerca di sicurezza da parte dei professionisti. Benché questi rifiutino la logica di *à la guerre comme à la guerre*, è comunque infausta la trasposizione dei conflitti in tribunale. Non è questa la composizione dei conflitti auspicata.

La via maestra per disinnescare i conflitti in sanità passa per una redistribuzione del potere. In passato il potere decisionale, nelle mani del medico, gli conferiva un totale controllo.

La modifica del Codice deontologico dei medici italiani, che ha introdotto l'obbligo dell'informazione al paziente e ha relegato i congiunti in un ruolo subalterno alla centralità dell'interessato, risale al 1995. Molti dei conflitti nel quotidiano della cura vanno ricondotti a questo cambiamento. Non tutti i professionisti sanitari condividono le strategie per l'informazione o il coinvolgimento del paziente. Per converso, non tutte le famiglie sono allineate con il cambiamento che nasce dal riconoscere il diritto all'autodeterminazione delle persone.

Sono numerose le situazioni che originano conflitti tra operatori sanitari, e tra loro e i familiari: informare o no? Chi informare? Condividere le scelte terapeutiche con il paziente? Rispettare le sue decisioni quando il sanitario non le condivide?

Bisogna accettare che non esiste un consenso unanime su quale sia la cura giusta. La composizione delle diverse valutazioni assomiglierà più ai bilanciamenti che tengono in vita i sistemi complessi che alle rigide conclusioni alle quali si perviene quando, invece dell'ascolto e dei necessari compromessi, ci si nasconde dietro obbligatorietà imposte per legge.

Il potere distribuito su diversi soggetti può condurre a maggiore condivisione.

Non è detto che avere solo un parziale controllo sul processo di cura sia un male: purché a tutti coloro ai quali spetta sia offerta l'opportunità di far valere il proprio parziale potere e di assumersene la responsabilità.

\* direttore rivista "Janus"

## IL TEST LA PILLOLA CONTRACCETTIVA

### 1) Che cosa sono i contraccettivi ormonali?

- farmaci che servono per programmare la fertilità e contengono ormoni simili a quelli prodotti dall'ovaio
- farmaci che si assumono per regolarizzare il ciclo mestruale
- farmaci che possono essere usati solo se nella donna sono presenti problemi ormonali

La risposta giusta è la **A**. I contraccettivi ormonali sono farmaci contenenti ormoni simili a quelli prodotti dall'ovaio femminile (estrogeni+progestinici o solo progestinici); essi bloccano la fertilità della donna, solo temporaneamente e contemporaneamente alla loro assunzione. Il blocco della fertilità è dunque reversibile alla sospensione del farmaco.

### 2) Come si presenta la contraccezione ormonale?

- in supposte
- in pillole, cerotti, anello vaginale e iniezioni depot.
- In creme

La risposta giusta è la **B**. E' commercializzata sotto forma di contraccettivi chiamati "pillole". Da alcuni anni in Italia, oltre alla pillola, sono disponibili: un anello che deve essere inserito in vagina, cerotti che devono essere applicati sulla pelle della donna e una iniezione depot che si effettua ogni tre mesi.

### 3) Per quanto tempo può essere usato continuativamente un contraccettivo ormonale?

- ogni 6 mesi va effettuata una sospensione
- per il tempo necessario alla contraccezione
- per massimo 5 anni

La risposta giusta è la **B**. Non è necessario sospendere il contraccettivo ormonale per periodi predefiniti e non esiste un tempo limite di assunzione (ad eccezione di quelli con solo progestinico). Il contraccettivo ormonale può essere assunto per molti anni senza mai smettere; importante è sottoporsi a periodici controlli medici.

A cura dell'Equipe dello Spazio Giovani di Modena

## IN PILLOLE

Capita che mio figlio faccia delle partitelle al sabato, subito dopo pranzo. Però mangia tantissimo, non bisognerebbe stare più limitati prima dell'attività sportiva?

«Bisognerebbe mangiare 3 ore prima di una gara o di un allenamento. Purtroppo, per via dei tempi, non è sempre possibile, ma a pranzo un primo, una porzione di pesce e un po' di verdura sono l'ideale. E' importante evitare fritti e grassi, e dopo l'attività è meglio aspettare 2 o 3 ore prima di mangiare di nuovo».

Mia figlia mi sembra perfetta fisicamente, ma vedo che in verità mangia molto e molto male, soprattutto fuori pasto.

«Probabilmente sua figlia gode di un buon metabolismo, ma poiché questo varia anche in base all'età e all'attività fisica, è salutare che sua figlia migliori il suo stile di vita, facendo sport e mangiando più correttamente, così da

